A Revista Oficial da Terapia Holística

Revista TH

Fevereiro / Março - 2018

53

PSICANÁLISE CULTURALISTA

BUSINESS-PLAN APLICADO À TERAPIA

CONFIANÇA E SOLIDÃO

FEVEREIRO TEM... MUSICOTERAPIA

Tela:
Phoenix
Arte:
Henrique Vieira Filho

ÍNDICE

04 Psicanálise Culturalista

10 Business-Plan Aplicado À Terapia

14 Confiança E Solidão

17 Fevereiro tem... Musicoterapia

Tela:
Sinestesia
Arte:
Henrique Vieira Filho

Capa: Tela
Megalopolitanos
Artista:
Henrique Vieira Filho

Editorial

É com grande prazer que publicamos esta que é a **54a Edição Online da Revista TH, a Revista Oficial da Terapia Holística**.

O Artigo "**Psicanálise Culturalista"** nos apresenta o lúdica e surrealista exercicio imaginativo em que uma cidade está sendo atendida no divã.

Técnicas de empreendedorismo podem ser adaptadas aos consultórios, é o que prega o Artigo "**Business-Plan Na Terapia"**, de Fabiana Vieira.

Dois temas primordiais na vida e nas pautas terapeuticas "**Confiança E Solidão**" é o tema da vez de nosso colega Amim Haddad.

"**Fevereiro Tem: Musicoterapia"** é o que nos traz Marcella Letícia, em seu interessante Artigo.

Nossos votos de excelentes leituras para todos!

Henrique Vieira Filho
Jornalista Responsável
MTB 0080467/SP

Edição, Diagramação, Ilustrações e Jornalista Responsável
Henrique Vieira Filho

Organização
SINTE
Sociedade Internacional de Terapia

Homepage
www.revistath.com.br

Contato
www.crt.org.br
contato@crt.org.br

Conselho de Auto Regulamentação da Terapia Holística

Alameda Santos, 211 cj 1403
São Paulo - SP CEP 01419-000
(11) 3171-1913

Tela: Polimetropolis
Artista:
Henrique Vieira Filho

PSICANÁLISE CULTURALISTA: A CIDADE NO DIVÃ

Enquanto em Freud, o universo psíquico parecia restrito à mente e ao corpo, uma corrente dissidente incluiu o meio, a sociedade, a cultura em que o indivíduo se insere como fatores igualmente significativos.

O pioneiro analista a demonstrar a importância das relações sociais na formação de nosso senso identitário foi Alfred Adler, cujas teorias fluenciaram fortemente os principais ícones da escola norte-americana de psicanálise culturalista.

Este artigo, de forma lúdica, transforma uma grande metrópole em “Cliente”, empretando-lhe sentimentos e traumas, em duas sessões de Terapia Holística.

Desta forma, exemplificaremos técnicas de **Aconselhamento e Arteterapia**, por meio de uma divertida e surrealista situação imaginária.

FC - Ficha de Cliente
De acordo com a NTSV - TH 003
Henrique Vieira Filho
Terapeuta Holístico - CRT 21001

Nome / Cliente: Cidade de São Paulo
Endereço: Latitude: -23.5489, Longitude: -46.6388 23° 32′ 56″ Sul, 46° 38′ 20″ Oeste
Nascimento: 25 de janeiro de 1554 (obs.: esta é a data oficial; a Cliente esclarece que o dia exato, nem ela lembra, mas que foi em 1520...)

Apontamentos:

Minha nova Cliente é uma charmosa e hiperativa senhora quatrocentona... Apesar de desconfiar que sua foto na ficha está desatualizada...

Nesta nossa primeira sessão, pontuou que, às vésperas de seu aniversário, considera que chegou o momento de re-investir em autoconhecimento.

Cidade:
_ Eu já passei por terapia, faz algum tempo, com um psicanalista, colega seu... Só não concordo com tudo o que ele analisou! Até me chamou de histérica!

Terapeuta:
_ Talvez ele tenha dito que sua personalidade é do tipo histérica, ou seja, que se percebe como irresistível a todos, sedutora por seu potencial, por suas oportunidades.

Cidade:
_ Acalento o sonho de tantos, mas, sei que também posso virar pesadelo. Sou uma quatrocentona cheia de charme!
Quando desfilo pelo mundo, ornada com o Masp, o Teatro Municipal, a Estação da Luz, a Ponte Estaiada... Hum... Sabia que até o Tom Jobim cantou que me amava? Mas, linda mesmo, eu era quando menina!

Terapeuta:
_ Me fale sobre a sua infância...

Cidade:
_ Bons tempos, aqueles! Minha beleza não era construída, como hoje em dia...
Era totalmente natural! Florestas densas, animais exóticos, rios, muito sol...

Fui revolucionária: a primeira dentre as minhas irmãs a morar no interior!

Todas as demais nasceram e cresceram junto ao mar...

Eu me aventurei pelas matas e me estabeleci em uma colina circundada por dois rios, o Tamanduateí e o Anhangabaú, que fechavam um delta com uma enorme área alagada: as várzeas do Carmo e do Glicério.

Era como uma ilha! Sabia que o Padre Anchieta teve que vir de barco para me batizar?...

Terapeuta:
_ Como é a relação com suas irmãs?

Cidade:
_ Elas me criticavam muito... Diziam que eu era louca de morar no interior, com tantas praias que ainda faltavam desbravar...

Minhas irmãs tinham porto, navios para o comércio, estavam fazendo fortunas e se vangloriando!

Só que eu provei para elas que sou tão boa quanto!

Dei duro, trabalhei sem descansar, sem dormir e me tornei esta megalópole que você conhece!

Mostrei para elas todas que eu não precisava de oceano, coisa nenhuma!

Terapeuta:
_ Notei a sua pausa reflexiva... Creio que você teve o que chamamos de “insight”...

Cidade:
_ Minha autoestima estava frágil com essa questão de não ter oceano... Acabei por negligenciar e negar as minhas próprias águas! Cobri meus rios com vastas avenidas... Sabia que dois terços delas correm sobre os antigos caminhos das águas?

De tanto me infernizar com as minhas irmãs/rivais do litoral, Rio de Janeiro, Salvador, Recife, a minha relação com minhas águas foi indo de pacífica, com direito a regatas no rio Tietê, para uma investida furiosa contra os rios, riachos e córregos. Quis apagar as águas até o último vestígio!

Terapeuta:
_ Respire fundo... Deixe vir as emoções... Os “insights” são assim: uma infinidade de informações em uma fração de segundo; levará algum tempo para “digerir” e elaborar tudo.

Cidade:
_ E então, meu caro terapeuta... Vai me aplicar acupuntura? Recomendar uns florais de Bach? Reflexoterapia? Arteterapia, quem sabe?...

Terapeuta:
_ Possivelmente, uma mescla destas técnicas.... Notei mesmo essa zona reflexa, aqui na região da Cracolândia necessitando de alguma atenção; uma “acupuntura”, só que SEM agulhas, pode ajudar...

No mais, creio que a Arteterapia será um bom caminho para ampliar a consciência perante o “insight” de hoje e os futuros, que certamente virão...

Cidade:
_ Minha personalidade “histérica” está retomando: pintarei um autorretrato!

Tela concebida pela Cliente “Cidade de São Paulo”, na sequência de sua primeira consulta...

Título: “Polimetropolis”
Artista: Henrique Vieira Filho
Técnica: Mista
Tamanho: 120 cm x 80 cm
Ano: 2018

São Paulo Em Terapia - Segunda Sessão
FC - Ficha de Cliente -
De acordo com a NTSV - TH 003
Henrique Vieira Filho
Terapeuta Holístico - CRT 21001

Nome / Cliente: Cidade de São Paulo
Endereço: Latitude: -23.5489, Longitude: -46.6388 23° 32′ 56″ Sul, 46° 38′ 20″ Oeste
Nascimento: 25 de janeiro de 1554 (obs.: esta é a data oficial; a Cliente esclarece que o dia exato, nem ela lembra, mas que foi em 1520...)

Apontamentos:

Esta é a segunda sessão com minha nova Cliente, que é uma charmosa e hiperativa senhora quatrocentona...

Desta vez, trouxe uma foto nova para a ficha, onde uma de suas filhas a acompanha; creio que será uma boa pauta para Fototerapia...

Terapeuta:
_ Fale um pouco sobre a foto que escolheu para sua ficha.

Cidade:
_ Nem lembro se já te contei: eu tenho MILHÕES de filhos! Tanto os naturais, quanto os migrantes, amo-os sem distinção! Só que são tantos que nem dou conta... Aliás, é impossível encontrar uma foto em que esteja sozinha!

Terapeuta:
_ O que lhe chama a atenção nesta imagem?

Cidade:
_ Ah, essa menina! É uma exibicionista! E ainda tem mania de grandeza: se acha uma gigante, mesmo sendo pequenina... Deveria ser mais comportada, nesta idade! Não é mais uma jovenzinha!

Terapeuta:
_ Hum... Compreendo...

Cidade:
_ Até já sei o que está pensando! Esqueceu que já passei por psicanálise, antes? Deve estar achando que estou "projetando" minha característica na menina... E que eu é quem não é mais "jovenzinha" pois faço aniversário agora...

Terapeuta:
_ É uma hipótese em que deve pensar e sentir com a justa atenção...

Cidade:
_ Seu colega fazia a mesma coisa! Ele é quem "projetava" em mim o que via em meus filhos!

Cito aqui, as palavras dele*:

"Assim, justamente por ser histérica, São Paulo é:

Depressiva, como um antigo sobrado pichado, numa rua desfigurada e quase inabitável, por ter-se tornado via de acesso a uma marginal.

Maníaca, como a corrida de três peruas da Rota, das quais não se sabe se estão atrás de alguém ou apenas tentando se (e nos) convencer de que estão agindo.

Narcisista, como a barulhenta parada de dois motoqueiros na frente do bar Filial (na Vila Madalena), só o tempo necessário para certificar-se de que suscitaram alguma inveja nos outros varões que estão tomando chope na calçada.

Fóbica, como aquele motorista de táxi que, no fim dos anos 80, me disse que passava um pano com álcool no banco traseiro quando levava alguém para o Emílio Ribas. Ou como a lavagem cotidiana das calçadas das mansões.

Paranóica, como o insufilme dos carros blindados e das guaritas de segurança ou como os cacos de vidro em cima dos muros ao redor das casas.

Louca, como a aposta dos motoboys, que acreditam que os motoristas nunca mudarão de faixa.

Esquizofrênica, como os fragmentos que, sem organizar-se numa história, desfilam na fala entrecortada dos moradores de rua mais agitados e perdidos.

Obsessiva, como a vontade de saber que Deus existe (mas não nos escolheu) que transparece na obstinação dos jogadores de bingo, dos apostadores do Jockey e dos pilares das casas lotéricas.

Psicopata, como o vizinho decidido a nos impor sua música, como o bando de jovens exultantes ao constatar o medo que inspiram, como o motorista que buzina para assustar e sustar os passantes, como o cara que tenta passar à frente na fila do cinema.

Dissoluta (perversa, diriam os que entendem pouco de clínica), como os cantos escuros do Ibirapuera à noite ou como os cinemas do largo do Arouche"

(Trechos da crônica "São Paulo No Divã", de Contardo Calligaris, para a Folha de São Paulo, em 2005)

Viu, só? Ele me confunde com meus filhos! E não foi nada lisonjeiro!

Terapeuta:

_**Na Terapia Holística não necessitamos rotular os Clientes, nem os classificar em padrões pré-determinados: cada qual é único...**

Contudo, o fato de ter te magoado tanto (a ponto de "decorar" a fala!) é significativo, indicando uma possível "negação" de algumas de suas facetas...

Cidade:

_ Era só o que me faltava! Vai dizer que meus filhos "herdaram" isso tudo comigo? Eu cuidei deles o melhor que pude! Aqueles ingratos!

Sabe o que a maioria deles faz no MEU aniversário? Me deixam sozinha! S-O-Z-I-N-H-A!

Saem todos de casa e vão visitar minhas irmãs!!!

Vão todos para as casas das tias Rio, Salvador, Recife! Ingratos! Ingratos!

Terapeuta:

_ Deixe vir a emoção...

Sem reprimir... A “catarse” pode ser um bom começo para lidarmos com estas questões...

Cidade:
_ Às vezes, emerge um ódio... Me dói saber que me deixam sozinha, bem no meu aniversário e ainda vão “puxar-o-saco” das tias! Faço bolo, festa, desfile, exposições, eventos artísticos e eles nem ligam!

Terapeuta:
_ Você já contou aos filhos como se sente?

Cidade:
_ Não quero dar o braço a torcer... E sempre tem aqueles filhos que ficam e aproveitam que boa parte dos irmãos não estão e aproveitam ao máximo! Ai, eu me distraio um pouco desta frustração e acabo até me divertindo! Ufa! Desabafei! Parece que me livrei de um “peso”!

Terapeuta:
_ Isso é bom! Claro, ainda há muito o que compreender e “digerir”... E ainda haverá ocasião de trazermos de volta à pauta, a hipótese das “projeções” de características entre mãe, filhos e terapeutas... Para o momento, vamos em mais uma atividade em Arteterapia!

Cidade:
_ Desta vez, vou pintar eu e meus queridos filhos!

Tela concebida pela Cliente “Cidade de São Paulo”, na sequência de sua segunda consulta...

Título: “Megalopolitanos”
Artista: Henrique Vieira Filho
Técnica: Mista
Tamanho: 120 cm x 80 cm
Ano: 2018

Henrique Vieira Filho - Terapeuta Holístico - CRT 21001,

é autor de diversos livros da profissão, ministra aulas na **CEATH - Comunidade de Estudos Avançados em Terapia Holística**.

contato@henriquevieirafilho.com.br

BUSINESS-PLAN APLICADO À TERAPIA

Nosso colega Jerônimo Moreira, no final do Evento Holística 2017, me lançou a um desafio:

"_ Onde você sente sua área de conforto?"

Eu passava por um momento delicado, mudando conceitos, de trabalho, afastando de antigos amigos e me reencontrando numa zona nada confortante...

Mas, no meio disso tudo, descobri que a minha zona de conforto sempre esteve dentro de mim, bastava procurá-la!

Minha formação inicial, formal, foi em secretariado, por isso, já esta inscrita em mim, essa força e necessidade de ajudar o próximo, de organizar o dia a dia, antecipar problemas e resolvê-los.

A Terapia Holística me veio como forma de explorar a mim mesma, meus conceitos e um meio de me conectar com outros fatores que não estavam claros.

O mundo evoluiu, as pessoas se tornaram mais próximas devido ao alcance da internet, mas também se tornaram mais distantes, fisicamente.

Isso nos informa que devemos mudar nossa forma de comunicação, se estamos vivendo em novo formato de vida, devemos também nos adaptar a novas formas de nos conectarmos conosco e com os outros...

Voltei a analisar, a certeza que não podemos mudar: o tempo e nossas necessidades.

Como seres humanos, formamos uma comunidade, então estamos sempre em movimento, mesmo que o indivíduo se sinta estagnado em algum momento da sua vida.

O Colega Jerônimo, nos apresenta que nossa trajetória é longa, que no meio dela, temos nossas fraquezas, grandezas e nossa experiências.

Ele coloca de forma, bem clara: se nossa mente é a lente que converge os problemas para o corpo, pensamentos ruins seriam considerados energia negativa, e pensamentos de paz, prazer tranquilidade convergiriam em energia boa.

É sabido que o homem, tem necessidades primordiais: alimentar-se e reproduzir-se...

Além delas temos: espirituais, culturais e religiosas.

Todo corpo vivo é feito de matéria física e energia, essa última pode receber diversos nomes, levando em conta sua religião/crença ou a ausência dessas.

A união de Corpo e energia, precisa de um fina sintonia, é um equilíbrio sutil, pois na ausência deste, com certeza terá uma consequência.

Então, se já estamos com nossas necessidades primordiais em dia, tenhamos um novo olhar sobre nós mesmos, tornamo-nos autores do nosso próprio destino .

Com a ajuda da Terapia Holística, seremos capazes de gerir nossos processos psíquicos, conscientes e inconscientes.

Todos os que caminham nessa busca de equilíbrio, devem estar preparados para aflições, decepções e encontros com emoções e sentimentos antes não conhecidos.

Aperfeiçoamento e crescimento requerem uma mente sincera, aberta, acerca dos aspectos que deseja mudar.

Devemos ter consciência de que, no processo terapêutico, a mudança é o resultado.

Não importa o método escolhido, para trilhar esse caminho, com nosso Cliente, sempre temos que ter o planejamento, que é fundamental.

Como primeira etapa, temos o verbalizar... Sim, o cliente precisa verbalizar tudo que o aflige, tudo que deseja, tudo que acha que acerta ou erra, nesse seu caminho.

No que ele deseja ajuda do terapeuta, pois podemos lhe auxiliar como lidar com as situações, com suas escolhas e as escolhas que a vida fez para ele.

Não podemos nos esquecer, que não somos “palpiteiros”, ou seja, não falarmos com certeza absoluta sobre, por exemplo, “finanças”, se nem temos formação para tal.

Utilizei o método B-P (Business-Plan para gestão de pessoas, apresentado pelo Jerônimo Oliveira), pois como mencionei no início desse artigo, eu estava passando por uma fase dolorosa e de mudança profissional.

Segui o percurso que o mesmo apresentou: ínicio, meio, várias folhas soltas, vários dias de choro, luto e muita dor.

Até que percebi de fato, que vive uma jornada acadêmica muito boa, que tive dias maravilhosos em minha vida profissional, bem como vários outros que não me senti nada feliz...

Aprendi também que não preciso ficar para sempre em um trabalho, que posso tomar novos rumos e mesmo assim me sentir bem sobre essa decisão.

Temos três campos no B-P para Gestão de Pessoas:

Realização: busca de novos projetos, oportunidades

Planejamento: monitorar tarefas, processos , ações e revisar sempre o B-P

Poder: manter nosso ponto de vista, expressar confiança na nossa própria capacidade.

Listarei abaixo a minha experiência na utilização do método, bem como do Rapel diário.

Eu sugiro de fato, que todos os terapeutas, participem do Holística 2018, e assistam a Palestra do colega Jerônimo...

Para mim, o tema abordado foi tão atual e bem colocado, acredito que seja uma plataforma para os terapeutas se organizarem, para prosperar em seus consultórios, bem como auxiliar seus clientes.

Minha experiência, com o B-P, foi para minha nova vida/jornada.

Início:

Desligamento da gestão de uma empresa. Para mim, foi uma dor imensa, como se tivessem apagado a minha história e tudo que construí, no referido emprego.

Após muito luto, entendi que minha história não será apagada, pois foi vivida e será lembrada por mim, que é o que importa.

Com essa dor, decidi focar em algo que a anos tenho sentido o chamado: arte. E consegui utilizar esse novo tempo útil, para focar em minha nova jornada.

Realização:

Decidi seguir o empreendedorismo, apesar de termos tantos seguindo esse mesmo segmento, por mim escolhido, eu realmente acredito que, a longo prazo, terei me estabelecido e formado uma boa clientela.

Com cautela e muito estudo e comprometimento, estarei genuinamente sendo feliz com minha escolha profissional.

Planejamento:

Organização da minha agenda, dos pedidos, da composição, da legislação, do material empregado, tabelas de custo e de venda.

Me mantive atenta a novidades, a parcerias, a cursos e gestão do meu trabalho.

Organização eu já tenho (e muita...), mas o que me sobra na organização, me falta na composição artística, razão pela qual ampliei meus cursos sobre o tema.

Poder:

Eu nunca tive uma autoconfiança bem resolvida, na verdade, por diversos traumas de infância, nunca me senti confiante.

Como a vida é uma caixa de surpresa, consegui ter essa autoconfiança, sempre em todos os trabalhos que executo, mas, sempre tive a visão de coletivo e nunca do individual (mais uma vez minha formação de secretariado)..

Então, para mim, essa individualização do meu trabalho, me custou um pouco para aceitar. Enfim, agora me sinto mais segura com meu empreendimento.

Rapel Diário:

Consegui criar uma regra diária de horários, tarefas e comprimento de regras, criei tabelas e métodos para me ajudar nessa nova rotina.

Adicionei ao Rapel, elogios a mim mesma, por ter vencido mais um dia e ter conseguido realizar meus sonhos.

Ele me ajuda até hoje, pois montei com isso uma agenda motivacional, que nunca tive.

Enfim, eu acredito que o B-P, não deve ser usado somente por quem esta passando por uma mudança de trabalho/jornada, mas sim por todos que querem e precisam se sentir comprometidos com suas escolhas e manter a determinação.

"É ilusório imaginar que o homem possa dominar e controlar a natureza, se ele não foi ainda capaz de controlar e enxergar a sua própria natureza."

Carl Gustav Jung

FABIANA DE MATOS VIEIRA
Terapeuta Holística- CRT 48739

www.fabianamarinho.terapiaholistica.com.br

Trabalha com as seguintes Técnicas:

REIKI E PSICOTERAPIA HOLÍSTICA

Tela Solitude
Releitura da obra "Eve",
de Paul Gauguin
Arte: Henrique Vieira Filho

CONFIANÇA E SOLIDÃO

O Ser humano cresce e se desenvolve ao meio de várias restrições contraditórias que estruturam a sua unicidade individual.

Evolui na senda do resultado de uma multiplicidade de mudanças inexoráveis.

Através do autoconhecimento, o Ser humano tende a satisfazer razoavelmente as suas necessidades.

E aprende a se relacionar com os outros experenciando o agir de acordo com as regras estabelecidas pelo contexto de um determinado meio social, acreditando que o outro também agirá conforme tais regras, ou seja, observando o princípio da confiança.

O princípio da confiança visa organizar as mudanças e as restrições contraditórias a fim de que o Ser humano saiba o que esperar do outro, sendo geralmente observável nas situações em que há sucessão de condutas com existência de nexo de dependência, ou não.

Entretanto, o sentimento de desconfiança não é necessariamente certo ou errado.

As emoções e os sentimentos são tão ligados ao conjunto de crenças e à estrutura do pensamento que não podem ser separados deles. (MUSIC ,2005).

O clima de confiança positivo nasce da avaliação que fazemos do outro ou de um grupo de pessoas com as quais nos relacionamos, procurando nos espelhar ou igualar o máximo possível dentro do contexto.

É importante que o Terapeuta e o Cliente estejam dispostos para agir em conformidade com a confiança, com seus conhecimentos, suas crenças e suas motivações importantes.

As crenças que temos sobre nós mesmos, sobre os outros e sobre o mundo tem um grande impacto sobre a qualidade da nossa experiência.

Em geral, estão ancoradas em uma das três formas seguintes: significado das coisas, causas dos acontecimentos e geração de valores e critérios.

(O'CONNOR e SEYMOUR,1990).

Em outro giro, a solidão geralmente chega acompanhada de um sentimento de que a pessoa está sozinha e não confiante em si.

Contudo, quando do momento da tomada de decisão, se a pessoa estiver sozinha, deverá confiar em si, pois mesmo cercada de várias pessoas, nenhuma delas poderá ajudá-la a executar uma ação específica.

Estar sozinho é qualquer estado de isolamento dos outros por não admitir opiniões divergentes das suas ou posições de grandeza na qual a presença dos outros não é bem-vinda ou até mesmo dispensável.

A pessoa solitária geralmente se sente incapaz de iniciar qualquer solução efetiva para o seu "vazio" e espera passivamente que o mundo lhe dê o que ela precisa.

Geralmente declara ao mundo que "teria muito para dar" se encontrasse a "pessoa certa" que a apreciasse

(GREENWALD,1973).

O vazio, a solidão e a insatisfação pessoal podem vir da não aceitação de si, o que pode levar à sublimação

(LUCAS,2005).

Assim, o Terapeuta deve procurar compreender as prováveis manifestações defensivas do cliente da forma mais profunda possível.

Elas podem se exprimir sob forma de repulsa, impressão de estar sendo envolvido em algo insignificante, ou sensação de ser ridículo.

É mais importante compreender e esclarecer do que eliminar.

Sugerimos a observação atenta e audição adequada ao ritmo do relato.

Antes de mais nada, é necessário formar um pacto de trabalho satisfatório. Ele sofrerá a oposição de três tipos de emoção contratransferencial: desesperança, irritação e o desejo de cuidar do cliente. (HOLMES,2005).

Se o Terapeuta tem a impressão de ter compreendido imediatamente, logo verificará que também está preso a uma resistência.

Por essa razão, enquanto escuta o cliente, é importante evitar interpretação efêmera.

A necessidade de compreender e se fazer compreender levarão à simplificação, e assim, não deve haver qualquer motivo de preocupação, porém o Terapeuta deve aceitar e ao mesmo tempo ser capaz de contestar o cliente, pois o trabalho do Psicoterapeuta é fundamentado no estudo do comportamento social e dos processos mentais.

É capacitado para acolher, escutar e interpretar o cliente naquilo que contém em alguma coisa da sua fala.

Tem o dever de esclarecer e ajudar o cliente a libertar-se da impossibilidade que se encontra no atual curso de sua vida, ampliando o seu autoconhecimento.

O cérebro é o lar dos sentimentos e da conduta. Tudo começa e termina no cérebro que percebe e passa pelas experiências. (AMEN,2000).

De nada serviria reconhecer as diversidades humanas típicas, se isto não apresentasse também um passo adiante para compreender os outros e para aproximar-se deles.

REFERÊNCIAS:

AMEN Daniel G. Transforme seu cérebro, transforme sua vida. Editora Mercuryo. São Paulo-SP. 2000, pág.43.

GREENWALD Jerry A. Seja a pessoa que você merece ser. Editora Record. Rio de Janeiro-RJ. 1997, págs. 104 e 105.

HOLMES Jeremy. Conceitos de Psicanálise. Depressão. Duetto Editorial. São Paulo-SP. 2005, pág.61.

LUCAS Miguel. Como Trabalhar Nosso Problemas. Editora PAULUS. São Paulo-SP. 7ª edição, 2005, pág. 25.

MUSIC Graham. Conceitos da Psicanálise Afetos e Emoções. Duetto Editorial. São Paulo-SP. 2005, pág. 29.

O'CONNOR Joseph e SEYMOUR John. Introdução à programação neolinguística. Summus. São Paulo-SP. 1995, págs. 194 e195.

Raimundo Amim Lima Haddad - CRT 38326 - Terapeuta Holístico, trabalha com Reiki, Calatonia, I Ching, Florais, Terapia Corporal e Fitoterapia, dentre outras técnicas.

amimhaddad@amimhaddad.com

FEVEREIRO TEM.... MUSICOTERAPIA!

Imaginem que nossa mente é um aparelho de rádio, que transmite nossos pensamentos e recebe os alheios.

Contudo só captamos os pensamentos que quisermos.

Nesse prisma podemos entender que depende de nós fixarmos a nossa mente em uma faixa elevada de vibrações de bondade e amor, para que só sejamos atingidos por pensamentos idênticos.

Dessa maneira, nenhum pensamento de maldade, disfunção e somatização nos poderá atingir.

A música surgiu na pré-história, como um meio essencial de comunicação e expressão, para consigo e outros seres humanos.

Até os dias de hoje, é uma das mais importantes e capacitadoras da expressão humana.

Na mitologia grega Apolo era para além do deus da juventude e da luz, era o deus da música.

O equilíbrio entre corpo e espírito era atingido através da música como prática terapêutica.

Apolo era considerado um dos deuses do Olimpo mais conceituados e requisitados pelo fato de pertencer a essa arte.

Apesar da música ser utilizada para diversos fins desde tempos remotos, a palavra que passa a identificar a música, surge com a cultura grega.

Os grandes pensadores gregos, já compreendiam as potencialidades musicais como forma de tratamento de distintas disfunções.

...”Podemos reconhecer em Platão e Aristóteles os precursores da Musicoterapia.

Platão recomendava a música para saúde da mente e do corpo, e para vencer as agústicas fóbicas.

Aristóteles descrevia seus benefícios nas emoções incontroláveis e para provocar a cartse das emoções

(Leining, 1977, p.15)...”

A vibração de cada nota musical atua, diretamente, nos centros energéticos de força, ou chakras do homem.

A Musicoterapia Holística, através de seus componentes, ritmos, melodia e harmonia, colabora no tratamento de distúrbios de natureza orgânica, psíquica e emocional.

Já o profissional musicoterapeuta, deve estar preparado para despertar os potenciais interiores e resgatar o papel de cada indivíduo, objetivando a conquista da qualidade de vida de seus clientes.

Podemos considerar a musicoterapia como prática holista, reabilitando e cuidando do indivíduo, já que lida diretamente com a plenitude ôntica que envolve variados tipos de reações do corpo, de forma sensorial e psíquica.

Inclusive relacionando ao conceito de harmonia levando-o a relação e conhecimento de si através desse processo terapêutico.

Não precisamos abortar essa temática apenas através da música comercial, que toca no rádio, que se executa através de uma partitura, mas sim através dos sons que envolve essa prática.

Podemos até chamar de sonoroterapia, o efeito que o som do ambiente causa no indivíduo.

A Harmonia objetiva a ordem dos distintos aspectos de uma canção, constituída por sons e elementos musicais, ritmos, melodia em prol da saúde, envolvendo o ambiente em que vivemos.

...”O ritmo é a característica pulsante dos elétrons e de nossos padrões de respirar- correr- andar, da pulsação cardíaca, e da estrutura da nossa fala...”

(Drury; Waltson, 1990, p.20)

Lembramos que musicoterapia não é aula de música e busca a melhora auto estima, comunicação corporal, verbal, organização interna, segurança, desequilíbrio emocional...quebrando algumas barreiras.

O atendimento através da musicoterapia pode ser associado a outras vertentes, desta forma podemos adotar em um atendimento outras terapias.

O profissional pode recorrer a várias modalidades terapêuticas, tudo depende de suas metas, bem como dos desejos e das possibilidades do cliente.

Aproveitem o mês em que a música toma conta do país em suas diversidades e descubra quais os melhores sons que passaram pela sua vida!

Referências bibliográficas:

Antonovsky, A.(1988). Unraveling the Mistery of Health. London, Jossey-Bass.

Drury, N. E Watson, A. (1987). Musicoterapia: Um Caminho Histórico para Harmonia Interior. S.Paulo, Ground.

Marcella Letícia Ferreira Romero
Terapeuta Holística - CRT 49127

Atua com Psicoterapia Holística e I Ching.

Livroteca

A Livraria da Terapia Holística

www.livroteca.com.br

contato@livroteca.com.br

0300-8888888

pagseguro 12x VISA 12x MasterCard 12x 12x 12x Hipercard 18x